

o extra net

QUARTA-FEIRA, 03 DE FEVEREIRO DE 2016

Mais

Sucesso como rainha de bloco em SP **aos 45 anos, Alessandra Negrini** recusa título de símbolo sexual: 'Eu me vejo como artista'

Página B4

Sentir primeiro, pensar depois; Perdoar primeiro, julgar depois; Amar primeiro, educar depois; Esquecer primeiro, aprender depois; Libertar primeiro, ensinar depois; Alimentar primeiro, cantar depois; Possuir primeiro, contemplar depois; Agir primeiro, julgar depois; Navegar primeiro, aportar depois; Viver primeiro, morrer depois.

MÁRIO QUINTANA, escritor e poeta (1906-1994)



Felicidades e muitos anos de vida para **Bruno Eduardo**, que hoje celebra a chegada da idade nova.



Close da bela **Carolina Batista**, que hoje dá boas vindas à nova idade, sendo muitíssimo cumprimentada.



Hoje é dia de festa para o empresário **Fabrício Pedroso**, recebendo inúmeras homenagens pela data.



A simpática e sorridente **Natália Silva** também está na lista dos aniversariantes de hoje, em ritmo de muita festa.



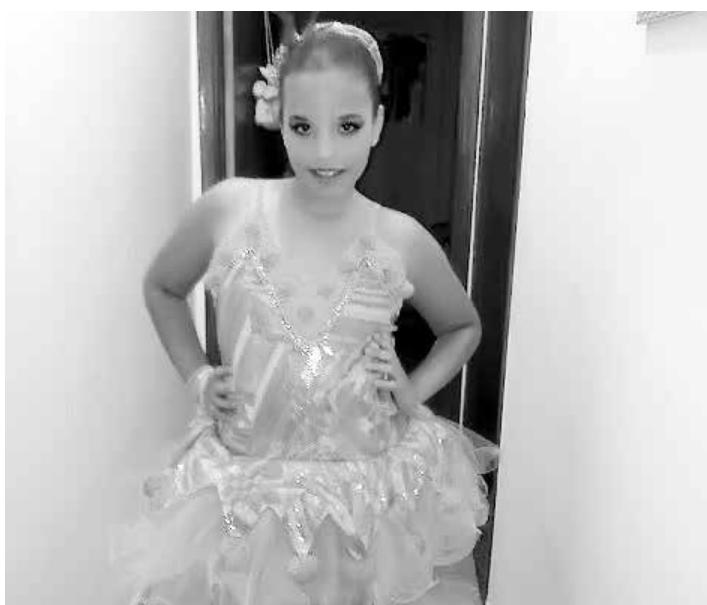
Rafael Vidotti celebrou mais um aniversário na última segunda, sendo homenageado pela família e amigos.



Parabéns para **Fernando Gimenes**, hoje também assoplando velinhas ao lado dos amigos.



Destaque para a bela aniversariante **Samara Cristina**, hoje em dia de festa pelo seu niver. O carinho da galera.



A princesinha **Victória Brandão Vieira** assoprou as velinhas ontem, dia 02, em meio a muita comemoração e homenagens. Felicidades!



CARNAVAL 2016.

Fernandópolis | Votuporanga | Catanduva
FOLIA DE PREÇOS

GIGANTÃO O SHOPPING DO PREÇO BAIXO!

Spray espuma | Buzina | Tinta para cabelo | etc

Confete 1,99
Serpentina 2,99
Fantasia a partir de 18,99

GIGANTÃO FERNANDÓPOLIS VOTUPORANGA CATANDUVA

ASSINE o extra

SEU JORNAL DIÁRIO

Fones: (17) 3462-1727 / 3442-2445
E-mail: assinatura@oextra.net

PEÇA AGORA!

o extra cresce número de vítimas rodovias estaduais no Car

■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

Sinais que o corpo tem durante a ovulação

■ Dor pélvica, aumento da libido e elevação da temperatura são sintomas:

Mensalmente, o organismo feminino enfrenta mudanças hormonais conhecidas como ciclo menstrual. Isso vai da menarca (primeira menstruação), que ocorre por volta dos 11 anos de idade, e se estende até a menopausa - que pode dar os primeiros sinais a partir dos 45 anos, em média. O ciclo menstrual é um processo fisiológico marcado pela ovulação, também chamado de período fértil, fase em que o organismo feminino se prepara de forma natural para engravidar. Por isso, independente do desejo de ser mãe, é importante que toda mulher saiba identificar essa fase que dura, em média, 36 horas. O período da ovulação possui algumas características que facilitam sua identificação, que são uma leve dor na região pélvica, secreção semelhante à clara de ovo e libido elevada. Entenda mais sobre cada uma delas:

■ Leve dor na região pélvica:

É importante que toda mulher saiba identificar essa fase que dura, em média, 36 horas

É uma dorzinha que provoca leves pon-

tadas no baixo ventre, embora nem toda mulher perceba isso. Não chega a ser uma dor forte, mas um incômodo. Isso acontece porque o óvulo rompe uma estrutura que o envolve dentro do ovário, e este rompimento que pode causar esse pequeno mal estar. Por isso, ao sentir essa pontada na região pélvica, há grande chance de estar ovulando.

■ **Secreção semelhante à clara de ovo:** Durante o período fértil, é comum a mulher perceber o aumento da secreção vaginal, que parece clara de ovo e é meio elástica, sem odor forte. Isso acontece porque o organismo feminino está preparado para fecundar e essa secreção tem o papel de facilitar a chegada dos espermatozoides ao óvulo. Embora ocorra durante todo o ciclo, isso é mais evidente durante a ovulação. Passada essa fase, a secreção tende a diminuir.

■ **Libido elevada:** É na fase de ovulação que o desejo feminino aumenta. Afinal, fisiologicamente o organismo está pronto para fecundar e, automaticamente, isso se dá por meio de uma relação sexual. Por isso, é natural que a mulher tenha mais von-

tade de ter relações sexuais nesse período. E não é apenas a libido que aumenta, mas a produção de feromônios, substâncias que são exaladas pelo corpo com a finalidade de atrair e excitar o sexo oposto. E a mulher também fica mais sensível, com o olfato mais apurado. Portanto, desejo aumentado pode ser sinal de que a ovulação está acontecendo.

■ **Outros sintomas:** Além desses três exemplos citados, no período fértil também é normal a temperatura basal da mulher aumentar, aproximadamente, meio grau. Isso também pode ajudar aquelas que estão tentando engravidar a identificar os dias mais férteis. Só que para isso é necessário contar com a ajuda de um termômetro. Muitos médicos que ensinam as candidatas a engravidar recomendam medir a temperatura colocando o termômetro sob a língua antes de se levantar, pela manhã, desde o primeiro dia do ciclo menstrual. E isso vai sendo monitorado. Quando o termômetro marcar uma temperatura mais elevada provavelmente essa mulher estará em seu período fértil.



receita

Pastel de chocolate

INGREDIENTES:

Recheio

- 2 bananas prata maduras e amassadas (150 g)
- 200 g de chocolate branco picadinho (1 ½ xícara de chá)
- 1 colher (sopa) de suco de limão (15 ml)

Massa

- 100 ml de água (1/3 de xícara de chá + 1 colher de sopa)
- 2 colheres (sopa) de óleo (30 ml)
- 2 colheres (sopa) de açúcar (30 g)
- 1 colher (sopa) de cacau em pó peneirado (5 g)
- 1 colher (sopa) de achocolatado peneirado (5 g)
- 1 ½ xícara (chá) de farinha de trigo peneirada (215 g)
- 100 g de chocolate meio amargo ralado no ralo fino (1 xícara de chá)
- achocolatado a gosto para salpicar



As melhores maneiras para remover manchas na pele

Consultar um especialista é uma prioridade para determinar a causa das suas manchas de pele. Neste artigo, diremos quais tipos existem, quando é melhor tratá-las e quais são os mais recentes desenvolvimentos nos tratamentos para manchas de pele específicas.

Depois de tomar sol, mesmo quando somos cuidadosos, muitas vezes descobrimos pequenas manchas marrons em áreas como rosto, ombros, pescoço ou mãos. Por que elas ocorrem?

Os fatores externos alteram a produção natural de melanina (substância essencial para a vida celular porque ela dá cor à nossa pele, nossos cabelos e nossos olhos e é um poderoso escudo de proteção solar), se é gerada em excesso, leva a hiperpigmentação que vemos no primeiro aparecimento dessas máculas marrons.

Quanto mais jovem a mácula (mancha), mais rápido e mais eficaz será o tratamento. Caso contrário, pode permanecer por anos. Com o aparecimento de mancha na pele é essencial consultar um especialista, pois é a chave para determinar a origem de imediato.

■ **As manchas são diferentes:** Melasma: Manchas que podem ocorrer a partir de 20 anos de idade. Elas são marrons escuras, simétricas e ocorrem mais frequentemente em pele castanha. Aparecem na face (no lábio superior, bochecha, testa, ou ao redor dos olhos) e manchas hiperpigmentadas. São devidas à exposição ao sol em excesso, mas também à gravidez, distúrbios hormonais ou tratamentos contraceptivos, entre outros fatores. Mesmo quando cuidamos com frequência a melasma tende a voltar. Por isso é muito importante cuidar da exposição da pele à luz solar.

■ **Lentigines:** Aparece depois de anos de exposição ao sol. São manchas escamas e também pequenas e bem definidas que aparecem na face, peito, costas e mãos e membros superiores e inferiores. É devido ao acúmulo excessivo de melanina na epiderme. Elas geralmente aparecem após 30 anos de idade e tem a ver com uma predisposição e exposição ao sol.

■ **Ceratoses actínicas:** Outro tipo de mancha causada pelo sol. Ocorrem principalmente em pele clara, com olhos claros. Em geral são de cor rosa, e causam queimaduras.

■ **Manchas brancas:** Elas são como os cabelos brancos na pele, pernas ou braços causadas pelo sol em que os melanócitos (células que produzem a cor) deixam de fazer o pigmento, resultando em manchas brancas. A diferença no tom. Outras manchas brancas são causadas por vitiligo, que são crônicas e podem às vezes ter uma fronteira hiperpigmentada. São de origem desconhecida e estão relacionadas a distúrbios hepáticos ou endócrinos. Embora o envelhecimento celular seja irreversível, com o tratamento adequado a sua aparência e até os sinais visíveis dos mesmos tem uma melhora significativa. Cada mancha requer um tratamento específico de acordo com o diagnóstico dermatológico, o tipo de pele e as características gerais do indivíduo que a sofre. Portanto, não há tratamento indiscriminado, mas cada um deve receber o mais adequado. As possibilidades terapêuticas que vão desde cremes para a pele ao uso de lasers mais sofisticados, através de procedimentos de baixa complexidade, como peelings e microdermoabrasão.

ALGUNS TRATAMENTOS PARA MANCHAS NA PELE

Cremes para clareamento da pele e microdermoabrasão com pontas de diamante: são ideais para o tratamento de casos leves de foto envelhecimento. Microdermoabrasão é um procedimento realizado por um dermatologista, que remove as camadas superiores da epiderme.

■ **Cascas:** São feitas com ácidos e concentrações diferentes dependendo de uma série de variáveis que somente o dermatologista é capaz de considerar. Eles trabalham através da esfoliação das células mortas da pele revelando uma pele fresca e nova que está por baixo da camada envelhecida.

■ **Laser e luz pulsada:** Usado em casos mais graves para eliminar manchas marrons, removendo o pigmento. O objetivo é que o pigmento absorva a energia da luz utilizada e fragmente-se em partículas menores para que o corpo possa removê-las sem deixar cicatrizes ou sequelas de pigmentação residual. A descoberta dos últimos cinco anos para o tratamento de manchas hiperpigmentadas na pele é o uso do laser, que produz milhões de furos microscópicos na pele, invisíveis a olho nu e deixam uma vermelhidão temporária. O mesmo pigmento é expulso e também aumenta a penetração de substâncias despigmentantes, conseguindo assim bons resultados terapêuticos. Atua também em outros componentes do foto envelhecimento, textura, cor e maciez da pele.

Combinação de lasers, para as manchas do rosto, pescoço e colo, o tratamento mais avançado é o citrino, que combina tecnologia Dot Therapy (laser de CO2 fracionado) Nd-YAG "QSwitch". Não apenas melhora as manchas, mas também outros sinais do foto envelhecimento.

MODO DE PREPARO:

Recheio

- 1 - Misture bem em uma tigela 2 bananas maduras e amassadas, 200 g de chocolate branco picadinho, 1 colher (sopa) de suco de limão e reserve.

Massa

- 2 - Numa batedeira coloque 100 ml de água, 2 colheres (sopa) de óleo, 2 colheres (sopa) de açúcar, 1 colher (sopa) de cacau em pó peneirado, 1 colher (sopa) de achocolatado e bata por 1 minuto. Desligue a batedeira adicione 1 ½ xícara (chá) de farinha de trigo peneirada, 100 g de chocolate meio amargo ralado no ralo fino, ligue novamente a batedeira e deixe misturando por mais 1 minuto. Desligue a batedeira, transfira a massa para uma superfície lisa e com as mãos amasse bem até ficar uma massa lisa e homogênea. Enrole esta massa num filme plástico e deixe descansar na geladeira por 15 minutos.

- 3 - Retire o filme plástico da massa, coloque-a entre dois sacos plásticos e com um rolo abra a massa bem fina. Com auxílio de uma cortador redondo ou com a boca de um copo corte discos da massa com 7 cm de diâmetro. Coloque uma porção de recheio no centro de cada disco (+/- 1 colher de sopa) e dobre ao meio em meia lua e feche apertando as bordas com um garfo.

- 4 - Frite os pastéis em óleo quente até formar uma casquinha (+/- 1 ½ minuto). Retire e escorra em papel absorbente. Passe os pastéis no achocolatado e sirva em seguida com calda cítrica.

ClimaCold
Ar Condicionado
Climatizando com estilo

Ligue e faça
um orçamento
sem compromisso

Av. da Saudade, 282
Higienópolis
Fernandópolis - SP
e-mail: climacold.arcond@gmail.com

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar

Jeferson
vivo 17 99628-6060
Claro 17 99168-5170
17 3442-7088

M. FER

FERRO & AÇO

Telhas Galvanizada Ondulada
Telhas Galvanizada Trapezoidal
Perfil Estrutural 6 mts
Perfil Serralheiro
Corte e Dobra de Chapa até ½ polegada

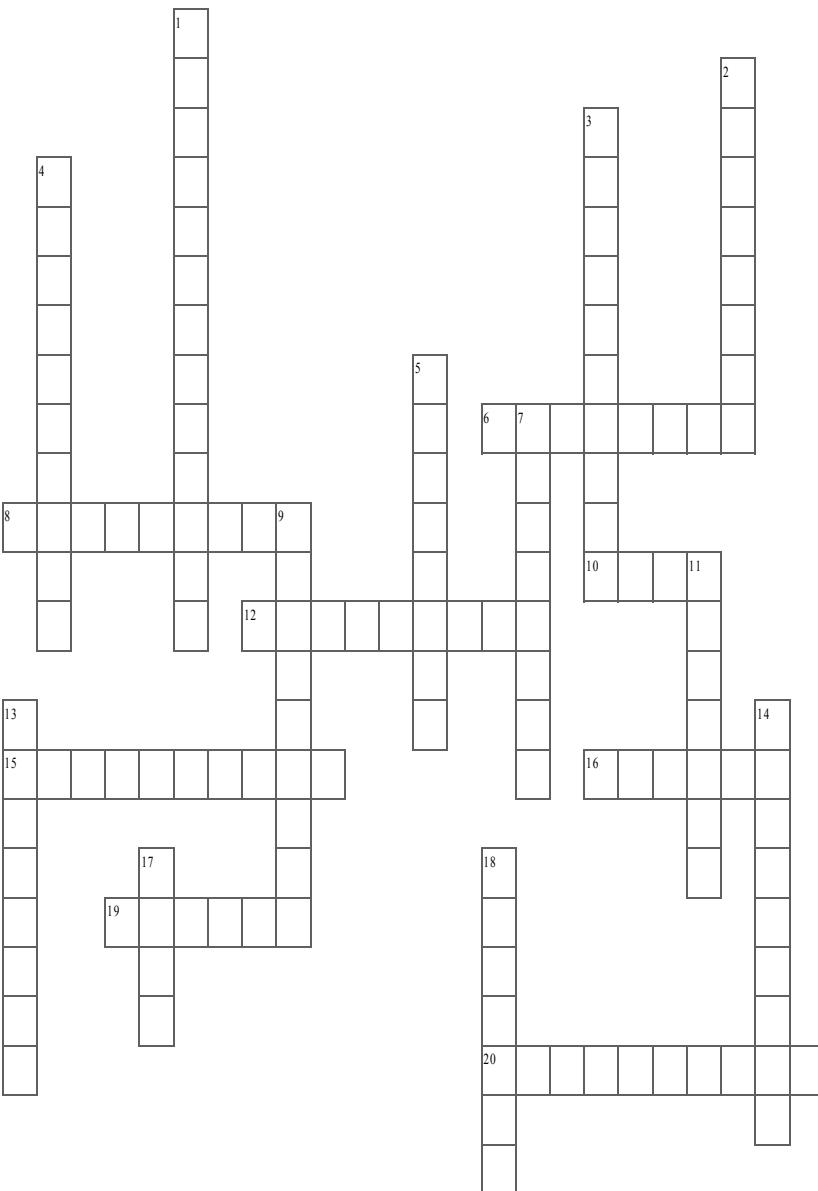
Fabricação Própria

FERRAGENS PARA CONSTRUÇÃO
FONE: (17) 3442-1522
FAX: (17) 3442-1651

Av. Litério Grecco, 95 - Jardim Iguatemi - Fernandópolis - SP.

M.FER, Ligada ao cliente por um vínculo de AÇO

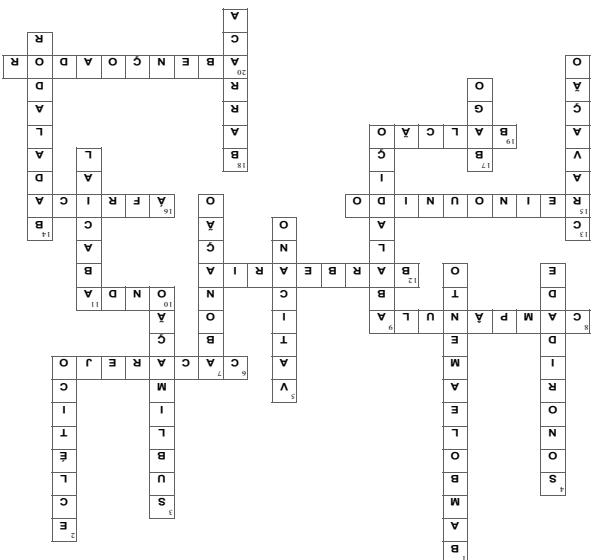
Palavras Cruzadas



Horizontais

- Canto da galinha.
- Espécie de redoma, mais hermética, usada para isolar objetos do ar ou da poeira.
- É uma propagação de energia num meio, sem deslocamento de matéria.
- Loja ou salão de barbeiro.
- Grande ilha localizada na Europa Ocidental.
- Continente localizado ao sul da Europa.
- Varanda saliente com balaustrada, em comunicação com o interior do prédio.
- Que abençoá, abençoante, propiciador.

Respostas



Verticais

- Ato de bambolear-se; bamboleio.
- Relativo ao ecletismo.
- Passagem direta do estado sólido ao gasoso, ou vice-versa, sem a fusão da substância no processo.
- Medida da impressão produzida no ouvido humano por um som.
- Menor país do mundo.
- Ato de abonar; abonamento, abono, informação, recomendação favorável.
- Que se abala facilmente; inseguro, instável.
- Pertencente ou relativo a abade, abadessa e abadia.
- Ato ou efeito de cravar.
- Que, ou aquele que badala.
- Cada fruto do cacho de uvas.
- Construção temporária, geralmente de madeira e lona, facilmente removível.

Sudoku

8	3		2		4	9		
2	4		7		1	3		
9	4		6					
9		1	8	5				
6					1			
5	1	3	8					
4			7	1				
5	2		4	6	7			
1	8		9	2	5			



Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Quarta-feira, 17h30

Tito comenta com Samurái que irá procurar a polícia para saber de Pedro. Vanda convoca Luan para viajar com ela. Beto e Lívia decidem namorar. Samurái comenta com Tito que Rodrigo é irmão de João. Flávia desconta em Roger as agressões que sofria quando era aluna do Leal Brazil. Henrique teme não ser aprovado pelos pais de Camila. Monique provoca Bia por causa da proximidade entre Rubem e Flávia. Ana e Miguel cuidam de Rodriguinho. Uodson provoca Alina. Ciça e Samurái trocam ameaças. Tito conhece Rodrigo.

ÊTA MUNDO BOM

Quarta-feira, 18h00

Mafalda e Romeu se declaram um para o outro, e Zé dos Porcos sofre pela menina. Pancrácio conduz um acordo entre Candinho e Camélia, que leva Policarpo de volta à pensão. Diana e Severo se beijam. Severo garante a Ana que trará Braz de volta. Clarice aconselha Filomena a afastar Candinho de Ernesto. Sandra pede permissão a Anastácia para conhecer melhor os negócios da fábrica. Sandra se insinua para Araújo. Celso desconfia de Maria e a ofende. Anastácia sugere a Pancrácio que escreva para Eponina. Romeu e Mafalda se beijam.

TOTALMENTE DEMAIS

Quarta-feira, 19h15

Carolina comunica à sua equipe que a próxima prova do concurso será um editorial romântico. Eliza avisa a Arthur que não sabe se conseguirá fazer o editorial. João e Maria fotografam Lili com Rafael saindo do estúdio e enviam para Dorinha. Arthur orienta Max a beijar Eliza para o ensaio do editorial romântico, mas a modelo trava. Dorinha arruma um jantar para unir Germano e Carolina. Germano se surpreende ao ver, no celular de Dorinha, uma foto de Lili e Rafael juntos.

CÚMPLICES DE UM RESGATE

sbt Quarta-feira, 20h30

Safira busca Priscila na gravadora. A menina diz que gosta de Joaquim, mas Safira aconselha a filha a não se importar tanto com garotos e ser mais independente. Isabela procura roupas no armário de Manuela para tentar montar um look menos caipira. Regina obriga Manuela a limpar toda a mansão como castigo por ido no escritório dela. Frederico acaba contando para Otávio que Safira que armou para Rebeca se encontrar com as ex-namoradas dele. Regina manda Manuela parar de limpar a casa, pois ela está feliz e isso lhe irrita. Safira chega em sua sala e se prepara com Otávio, que pergunta se ela não tem nada para lhe contar. Otávio demite Safira.

A REGRA DO JOGO

Quarta-feira, 21h00

Tóia se desespera com a revelação de Dante sobre Romero e planeja desmascarar o marido. Atena e Ascânia decidem saquear o apartamento de Romero. Gibson pressiona Romero e exige que ele lhe devolva as provas contra a facção. Juliano desconfia do comportamento de Dante ao falar sobre Tóia. Nora, Nelita e Belisa confortam Dante. Feliciano gasta seu dinheiro em compras para Luana e Cesário. Tóia vai ao encontro de Atena e Ascânia. Belisa se declara para Juliano e afirma que deseja viver com ele. Tóia encontra Romero em sua casa.

JOSÉ DO EGITO

Quarta-feira, 22h15

O primogênito afirma que não se importa. Simeon diz na frente de Levi que Ruben se deitou com a mulher do pai. Depois de acertar um soco no rosto de Simeon, Ruben exige que esse assunto morra e afirma que não permitirá que o erro cometido com José se repita com Benjamin. José se diverte com o medo de Jetur. Um pouco amargurado, José pergunta se o negociante tem notícias de sua família. Após a resposta negativa, José vai embora decepcionado. Mara é dura com Benjamin porque não acha justo ter perdido tanto por causa da tragédia de Diná. Em uma conversa com Tany, Azenate transparece sua indecisão. José diz a Mirti que seus sentimentos afloraram novamente quando encontrou Azenate.

Humor

CASAMENTO DO ADVOGADO

O advogado casou com uma mulher que já havia sido casada oito vezes.

Na noite de núpcias, no quarto do hotel, a noiva disse:

- Por favor meu bem, seja gentil. Ainda sou virgem!

Perplexo, sabendo que ela havia sido casada oito vezes, o noivo pediu a ela que se explicasse.

E ela respondeu:

- Meu 1º marido era Psiquiatra. Ele só queria conversar sobre sexo.

- Meu 2º marido era Ginecologista. Ele só queria examinar o local.

- Meu 3º marido era Colecionador de Selos. Ele só queria lamber.

- Meu 4º marido era Gerente de Vendas. Ele dizia que sabia que ti-

nha o produto, mas não sabia como utilizá-lo.

- Meu 5º marido era Engenheiro. Ele dizia que compreendia o procedimento básico, mas que precisava de três anos para pesquisar, implementar e criar um método de utilização.

- Meu 6º marido era Funcionário Público. Ele dizia que compreendia perfeitamente como era, mas que não tinha a certeza se era da competência dele.

- Meu 7º marido era Técnico de Informática. Ele dizia que, se estava funcionando, era melhor ele não mexer.

- Meu 8º marido era Analista de Suporte. Depois de dar uma olhada, ele disse que as peças estavam todas

perfeitas, mas que não sabia porque o sistema não funcionava.

- Por isso, agora estou casando com um advogado.

- Por que?

- Porque tenho certeza de que você vai me foder!

ENTREVISTA

Em uma entrevista de emprego, o gerente pergunta:

- Qual o cargo que você pretende ocupar, rapaz?

- Presidente! – responde ele, convicto.

- VOCÊ É LOUCO? – esbraveja o entrevistador.

- Não... Precisa ser?

ATROPELANDO O BÊBADO

Uma mulher dirige tranquila por sua pista e, de repente, atropela um bêbado que se jogou na rua para ver se vinha um carro.

De quem é a culpa?

Da mulher, porque deveria estar cozinhando.

PECADO DA PREGUIÇA

O fiel baiano chega pra se confessar com o padre baiano:

- Ai, padre, tenho tantos pecados pra lhe contar, mas tô com uma preguiça...

- Deixa assim mesmo, filho. Pecado da preguiça é um só e dá uma penitência menor.



INSTITUTO DE OLHOS
CIRURGIA DE CATARATA (FACOMELISFAÇÃO), CIRURGIA MIÓPIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETROPIA COM EXCIMER LASER, LENTES DE CONTATO

DR. JOÃO VICTOR SANTICCHIO FERRAREZI
OFITALMOLOGIA - CRM 139.658
J.V.FERRAREZI@HOTMAIL.COM

FONE: 17-3462 2833
AV. MILTON TERRA VERDI, 813 - CENTRO - FERNANDÓPOLIS-SP

Quando a APAE ligar diga SIM!

APAE
Fernandópolis/SP

Nossa Central de Doações terá prazer em te mostrar nosso trabalho!

(17) 3465-1150 ~ (17) 3465-1151

CRECI 67022

IMOBILIÁRIA OUROESTE
Venda - Locação e Administração

Tel. 17 3843.1505

Rua Bartolomeu Bueno, 1309 - Centro - Ouroeste - SP
e-mail: imobiliariaouroeste@hotmail.com

celebridades

Após sair da XCalypso, Thábata Mendes está proibida de se pronunciar sobre o assunto

Após sua prematura saída da XCalypso, na última sexta-feira, 29, Thábata Mendes está completamente reclusa e isolada. Não por vontade própria. Mas a loira, digamos, foi obrigada a não se pronunciar sobre nada do que a fez desistir de ficar ao lado de Ximbinha agora com X.

Quando assinou o destrato, ou seja, o documento que dava a ela a liberdade de deixar a banda, soube de uma cláusula que manteria calada por cin-

co dias. Thábata não pode dar entrevistas até o início do carnaval, ou seja, sexta-feira, 5.

Durou apenas três meses a parceria entre Thábata Mendes e Ximbinha. A loira decidiu largar o projeto do ex-marido de Joelma após vários desentendimentos. Embora a assessoria de Ximbinha diga que o que houve foi "divergência conceitual sobre o projeto", a gata d'água foi uma discussão entre a loira e o guitarrista após o show que a banda fez na cidade de Tibau, no Rio

Grande do Norte, dia 16 de janeiro. Após a apresentação, que teve pouca presença do público, os fãs da cantora se reuniram na frente do camarim e ela quis atender cada um. Ximbinha se irritou com a demora e deixou o local com os músicos.

Após a saída conturbada de Thábata Mendes da XCalypso, Ximbinha vai se apresentar neste sábado, em Senador José Porfírio, no interior do Pará, ao lado de Leya Emanuelly, backing vocal da banda.



Gabi Lima, vítima da tragédia do Palace II no Rio há 18 anos, é a nova promessa sertaneja



Gabi Lima quase não acreditou no que viu: mais de 100 mil pessoas cantando com ela o hit "Camarote", de Wesley Safadão, no desfile do bloco Chora Me Liga, no domingo, em Copacabana. E logo ela que, para a maioria das pessoas ali, ainda é uma desconhecida. "Foi uma emoção que nunca senti na vida", conta a carioca de 22 anos, que é a nova promessa do mundo sertanejo e vai soltar a voz em pelo menos mais quatro blocos neste carnaval.

E de pensar que há 18 anos, num mesmo carnaval, Gabi foi vítima de uma das tragédias mais absurdas que o Rio já viveu. Gabi tinha 4 anos quando o edifício Palace II desmoronou na Barra. Ela vivia com a mãe e o pai no local. "Me lembro de tudo. Da correria, do medo e principalmente de uma boneca que eu tinha da Eliana. Perdemos tudo. E eu, naquela idade, só conseguia ter essa referência do que era realmente meu", recorda ela, que ganhou uma nova boneca após uma campanha.



Sucesso como rainha de bloco em SP aos 45 anos, Alessandra Negrini recusa título de símbolo sexual: 'Eu me vejo como artista'

O carnaval de 2016 já tem a sua primeira musa: Alessandra Negrini, que entrou na lista dos assuntos mais comentados do Twitter no mundo um dia após desfilar como rainha do bloco Acadêmicos do Baixo Augusta, no último domingo, em São Paulo. Com um espartilho decotado e as pernas à mostra, a atriz arrancou suspiros reais e virtuais. Sobre esses últimos, ela só ficou sabendo. "O povo do bloco me falou sobre os comentários. Eu não acompanho de perto porque uma hora podem falar bem, outra falar mal, não dá para depender disso. Mas estou feliz", comemora ela, minimizando o sucesso e escapando do título de símbolo sexual. "Os outros podem me ver como quiserem, mas eu me vejo como artista".

E o que chamou a atenção dos internautas é que, aos 45

anos, a atriz parece ter parado no tempo. "Não envelheço? Vocês não sabem a dor no joelho que estou agora, depois de sambar horas com aquele salto", brincou ela. E, generosa, Alessandra Negrini contou seu segredo de beleza. "Faço musculação e exercícios aeróbicos de 3 a 4 vezes por semana, procuro me alimentar bem, uso protetor solar e torço para o Corinthians". Vale lembrar que o time foi campeão brasileiro em 2015, o que economizou algumas rugas.

Mas a notícia não é boa para os fãs da atriz. Ela contou que, por estar prestes a estrear uma peça, não deve mais encarnar o papel de foliã nesse carnaval. "Estou ensaiando uma peça, vou trabalhar alguns dias e descansar nos outros", diz ela, que preferiu fazer mistério sobre seu estado civil. "Rs... não vou te contar".

Grazi Massafera a revista "Cláudia": 'Eu, o Cauã e a Sofia ainda somos uma família'

Grazi Massafera é a estrela de capa da edição de fevereiro da revista "Cláudia". Em entrevista à publicação, ela falou sobre o preconceito que enfrentou entre os atores até conseguir seu espaço. "Tem uma energia que sempre paira com a minha presença, de algo meio duvidoso. 'Essa menina?! Será que ela consegue dar conta?' ", explica. "Todos os dias eu pensava em desistir. A sorte é que sou guerreira", afirma a atriz, sem deixar se iludir. "Ser atriz é lidar com a insegurança diariamente. Hoje, vivo um momento de glória; amanhã, pode ser de fracasso... É um ciclo de altos e baixos."

Mãe de Sofia, de 3 anos e meio, do relacionamento com Cauã Reymond, Grazi conta que apesar de não estarem mais juntos, a presença de ator é constante, e que os dois se revezam na criação da filha. "De alguma maneira, eu, o Cauã e a Sofia ainda somos uma família."

Já quando o assunto é o coração e o suposto romance com o ator Kit Harrington, o Jon Snow de Game of Thrones, Grazi não se esquia. "É uma pessoa inteligente, bem-humorada. Rolou amizade, e não só comigo; com o Selton Mello e com várias outras pessoas", dispara. "Como sou fã da série, foi uma surpresa conhecê-lo. Só, nada além disso", afirma, acrescentando

que não está namorando ninguém.

Aos 33 anos, a atriz que arrancou elogios com a interpretação da drogada Larissa, em Verdades Secretas, tem aproveitado o período sabático para curtir a filha e pensar nos novos desafios da carreira. "Queria fazer teatro, mas não tenho certeza se é o momento certo. Também gostaria de voltar ao cinema. Enfim, só espero bons projetos. Creio que, para mim, 2016 será um ano de uma baita energia profissional."



A atriz é capa da 'Claúdia' de fevereiro e ao falar da vida pessoal negou que tenha ficado com Kit Harrington, o Jon Snow de 'Game of Thrones'

horóscopo

ÁRIES

A Lua entra em sua área material e se opõe a Mercúrio, lhe pedindo novas abordagens para o gerenciamento financeiro e patrimonial. Novas situações lhe farão refletir sobre mudanças que tornem seus desafios mais fáceis de encarar!

TOURO

Você fica sujeita a interferências externas, pois a Lua passa por seu signo e se opõe com Mercúrio em sua área de relacionamentos. Dê limites às pessoas que estejam se intrometendo em sua vida, mesmo que bem intencionadas!

GÊMEOS

Cansaço e desgaste excessivo lhe deixam abatida, neste momento em que Lua e Mercúrio se opõem entre suas áreas de crise e de saúde. Seja objetiva e não se abale, mesmo diante das pressões mais agressivas no trabalho!

CÂNCER

Suas amizades ficam mais complicadas, pois a desarmonia entre Lua e Mercúrio em sua área social ressalta as diferenças nessas relações. Evite provocar embates e não force a convivência. Procure agir diplomaticamente!

LEÃO

Reveja prioridades e ajuste suas atividades de maneira mais compatível. A oposição entre Lua e Mercúrio indica a falta de sintonia entre as demandas da vida pessoal e do trabalho, então será preciso conciliá-las. Aja pontualmente!

VIRGEM

Não é momento de tomar grandes decisões, pois Lua e Mercúrio se opõem, colocando em dúvida o gerenciamento de seus interesses. Ainda que veja seus planos tomando caminhos desanimadores, não desista diante das dificuldades!

LIBRA

Esteja mais atenta às suas finanças e a assuntos práticos, pois Lua e Mercúrio se opõem em sua área material. Não se deixe levar por oportunidades enganosas, averigue-as antes de abraçá-las. Busque auxílio de especialistas!

ESCORPIÃO

Você tende a refletir sobre o papel de certas pessoas em sua vida, pois a Lua adentra sua área de relacionamentos e se opõe a Mercúrio em seu signo. Isso lhe tira da acomodação, então não apresse a concretização de mudanças!

SAGITÁRIO

A oposição Lua-Mercúrio entre suas sexta e décima casas alerta que a sobrecarga de tarefas pode afetar sua saúde. O excesso de atividade mental tende a se refletir em seu corpo, então trabalhe somente com prioridades!

CAPRICÓRNIO

Lua e Mercúrio opostos trazem à tona certas lembranças do passado. Perceba que o apego, seja a pessoas ou emoções, apenas atrapalha o descanso e o lazer. Que tal se permitir curtir a vida? Seja mais bondosa consigo mesma!

AQUÁRIOS

Seja mais prática e direta ao lidar com as situações de tensão. A oposição Lua-Mercúrio entre suas áreas familiar e profissional lhe deixa mais ansiosa e lhe aconselha a gerenciar suas tarefas, evitando assim se sobrecarregar!

PEIXES

Você anseia por novidades, mas se sente tímida diante delas, pois Lua e Mercúrio opostos despertam certas contradições internas. Sentindo-se mais insegura, o ideal é não sair do que já está acostumada. Preze pela segurança!